

Утверждаю
Директор ГБОУ Удмуртская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.10.2024 г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	170	6,63	2,29	8,41	0,00	30,29	219,92	110,6	53,08	168,5	1,34	43,39	47,91	0,63	0,14	0,17
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	50/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		21,95	10,34	20,34	0,85	106,67	685,71	461,1	124,3	467,3	7,02	96,55	119,39	3,19	0,31	5,87
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.	60	0,59	0,00	5,98	5,98	2,99	67,34	8,08	10,35	15,13	0,47	0	66,5	3	0,03	12,64
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	200	9,18	7,44	7,36	0,38	18,83	176,51	19,25	29,49	122,3	1,72	6,8	178,54	0,36	0,09	6,2
Филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	100	14,18	13,69	7,56	0,01	12,84	175,47	26,14	26,66	159,1	0,95	9,18	26,2	4,32	0,07	0,21
Картофель тушеный №146, сб. 2021	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед'		29,17	21,20	31,05	6,61	97,42	773,56	88,29	114	415,4	5,66	61,29	691,78	8,46	0,37	32,97
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	9,71	8,00	9,54	0,25	26,14	228,40	81,99	13,33	106,7	0,63	62,5	96,81	0,58	0,04	0,11
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'Полдник'		15,45	14,11	15,48	0,25	35,15	339,65	304,5	39	271,6	0,81	87,78	143,16	0,58	0,1	1,2
Ужин																
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Ужин'		22,22	15,35	19,38	6,43	57,17	489,97	98,91	43,38	222,6	2,19	37,13	152,59	4,14	0,15	1,67
второй ужин																
Кефир №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		6,66	5,12	5,84	0,20	17,17	150,96	216,2	31,16	184,6	0,57	35,28	39,6	0,26	0,08	1,23
Итого за день		95,46	66,12	92,09	14,35	313,57	2439,85	1169	351,8	1562	16,3	318	1146,51	16,63	1,02	42,94

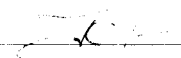
Зав.производством: (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.10.2024 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	180	7,02	2,42	8,90	0,00	32,07	232,86	117,1	56,2	178,4	1,42	45,94	50,73	0,67	0,15	0,18
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г.	80/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		22,34	10,48	20,84	0,85	108,45	698,65	467,6	127,5	477,2	7,1	99,1	122,2	3,23	0,32	5,88
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.с р.м.	100	0,99	0,00	9,97	9,97	4,98	112,24	13,46	17,25	25,22	0,79	0	110,83	5	0,05	21,07
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	9,74	7,45	7,80	0,48	23,54	201,06	23,27	34,96	136,6	1,92	8,5	223,17	0,41	0,11	7,75
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021сахар 10,0	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		34,13	23,95	38,33	10,81	114,92	926,88	108,8	140,2	494,8	6,82	70,49	838,43	11,56	0,45	44,61
Полдник																
Суфле творожное запеченое со сметаной №435 сб. Онищенко Г.Г.	180	9,71	8,00	9,54	0,25	26,14	228,40	81,99	13,33	106,7	0,63	62,5	96,81	0,58	0,04	0,11
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'Полдник'		15,45	14,11	15,48	0,25	35,15	339,65	304,5	39	271,6	0,81	87,78	143,16	0,58	0,1	1,2
Котлеты с соусом № 99, сб. шк. 2021 г.	110/60	17,09	15,73	16,12	7,18	20,71	295,67	39,66	30,94	152,4	1,35	15,62	124,16	3,63	0,07	1,6
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2021 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за "		25,38	17,21	22,00	7,29	66,94	564,94	105,8	49,01	250,4	2,55	41,84	172,5	4,75	0,17	1,86
второй ужин																
Кефир №297 сб. 2021	200	5,68	5,68	6,27	0,00	7,84	114,27	235,2	27,44	186,2	0,2	39,2	44	0	0,06	1,37
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		7,23	5,68	6,47	0,20	17,95	162,39	239,7	33,91	203,3	0,59	39,2	44	0,26	0,09	1,37
Итого за день		104,53	71,43	103,10	19,40	343,42	2692,50	1226	389,6	1697	17,9	338,4	1320,3	20,38	1,14	54,91

Завпроизводством:  (Хурматуллина Р.М.) Медсестра  (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.10.2024 г. школа 7-11 лет

[illegible]

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 01.10.2024 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая №192, сб. 2021	180	7,02	2,42	8,90	0,00	32,07	232,86	117,1	56,2	178,4	1,42	45,94	50,73	0,67	0,15	0,18
Какао с молоком № 306, сб.2021	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2021г	60/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат "Пестрый" №33, сб.2021	80	0,97	0,00	3,65	0,00	10,29	73,49	22,58	13,14	24,52	1,15	0	2,4	1,87	0,01	1,39
Итого за 'Завтрак'		20,55	10,48	21,42	0,52	83,68	598,46	456,2	118,4	457,9	4,32	99,1	122,8	3,32	0,28	2,22
Обед																
Салат из свежих помидоров №99сб.ОнищенкоГ.Г.	100	0,99	0,00	9,97	9,97	4,98	112,24	13,46	17,25	25,22	0,79	0	110,83	5	0,05	21,07
Суп харчо №250, сб.Онищенко ГГ	250	9,74	7,45	7,80	0,48	23,54	201,06	23,27	34,96	136,6	1,92	8,5	223,17	0,41	0,11	7,75
Фишболы из филе рыбы №466 сб.Онищенко Г.Г.	120	17,01	16,43	9,07	0,01	15,40	210,57	31,37	32	190,9	1,14	11,02	31,44	5,19	0,08	0,25
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2021	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0
Итого за 'Обед'		34,72	23,95	38,41	10,89	118,81	945,29	110,8	143	502,4	6,99	70,49	838,44	11,66	0,47	44,61
Итого за день		55,28	34,43	59,82	11,41	202,49	1543,75	567	261,4	960,3	11,3	169,6	961,24	14,99	0,75	46,83

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)